

# Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

## BETEILIGUNG UND ENGAGEMENT

### BEFRAGUNG

- Mitarbeiter\*innen
- Klient\*innen, Nueva

### ANALYSE

- Krankenstand und Fehlzeiten
- Psychosoziale Belastungsanalyse
- Schulungsbedarfe
- und weitere ...

### MITWIRKUNG

- über Gesundheitszirkel

### EVALUATION

## SICHERES ARBEITSUMFELD

### SCHULUNG UND UNTERWEISUNG

- Arbeitssicherheit
- Gesundheitsschutz
- Brandschutz

## INDIVIDUELLES WOHLBEFINDEN

### SPORT

- Commercial Bank Run
- Smovey®-Schwungringe
- Inklusions-Sportverein Alsterdorf
- Firmenfitnesskonditionen
- 25% Rabatt bei Bäderland
- 10% Rabatt bei alsterspeiche
- Verschiedene Rabattaktionen bei WGKD, Die Einkaufsplattform für Kirchen

### MEDIZINISCHE VERSORGUNG

- Betriebsarzt
- Zuzahlung Bildschirmbrille
- Kostenlose Hepatitis-Impfung

BETEILIGUNG UND ENGAGEMENT

ACHTSAME FÜHRUNG

SICHERES ARBEITSUMFELD

STARKE TEAMS

Unsere Gesundheitsförderung im Überblick.

INDIVIDUELLES WOHLBEFINDEN

## ACHTSAME FÜHRUNG

### FÜHRUNGSKOMPETENZ

- Gesundheitsbewusst Führen
- Gewaltprävention und Deeskalation
- Suchtprävention
- Inklusion

### FEEDBACK

- Mitarbeiter\*innengespräch
- Probezeit- und Reflexionsgespräche

## STARKE TEAMS

### TEAMENTWICKLUNG

- Psychosoziale Belastungsanalyse
- Supervision
- Coaching
- Mediation

### KOMMUNIKATION STÄRKEN

- Kommunikation und Gesprächsführung
- Moderation von Teams
- Schwierige Gespräche führen

### GEMEINSAME AKTIVITÄTEN

- Mitarbeiterfest
- Betriebsausflug
- Team-Aktivitäten

## INDIVIDUELLES WOHLBEFINDEN

### BERATUNG

- PPD Beratung für Familie und Beruf (Soziale und Psychosoziale Themen)
- Sexualisierte Gewalt

### BEM

- Betriebliches Eingliederungsmanagement

### STRESSMANAGEMENT

- Stressmanagement
- Burnout-Prophylaxe
- Entspannungstechniken
- Selbst- und Zeitmanagement

### ERGONOMIE

- Kinaesthetics-Workshops
- Rückenschule

### ERNÄHRUNG

- Ausgewogene Ernährung bei Schichtarbeit

# Informationen und Kontakte

## ACHTSAME FÜHRUNG

### FÜHRUNGSKOMPETENZ

- Gesundheitsbewusst Führen
- Deeskalation
- Suchtprävention
- Inklusion

Fortbildungen 2020 – Hier steht der Mensch auf dem Programm

Anmeldung unter [fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)

- Gewaltprävention und Deeskalation
- John Senf

Fachbereichsleitung Qualitätsmanagement  
[j.senf@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:j.senf@alsterdorf-assistenz-west.de)

### FEEDBACK

- Mitarbeiter\*innengespräch
- Probezeit- und Reflexionsgespräche

Dr. Inga Krumm

Fachbereichsleitung Personalentwicklung  
[inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de)

## STARKE TEAMS

### TEAMENTWICKLUNG

- Psychosoziale Belastungsanalyse
- Supervision
- Coaching
- Mediation

Dr. Inga Krumm

Fachbereichsleitung Personalentwicklung  
[inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de)

## KOMMUNIKATION STÄRKEN

- Kommunikation und Gesprächsführung
- Moderation von Teams
- Schwierige Gespräche führen

Fortbildungen 2020 – Hier steht der Mensch auf dem Programm

Anmeldung unter [fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)

## GEMEINSAME AKTIVITÄTEN

- Mitarbeiterfest
- Betriebsausflug
- Team-Aktivitäten

Ute Grobbel, Sekretariat

[u.grobbel@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:u.grobbel@alsterdorf-assistenz-west.de)

## INDIVIDUELLES WOHLBEFINDEN

### BERATUNG

- PPD Beratung für Familie und Beruf (Soziale und Psychosoziale Themen)
- PPD Beratung für Familie und Beruf GmbH  
Kostenfreie und anonyme  
Hotline 040/650 54 500  
[www.ppd-eldercare.de](http://www.ppd-eldercare.de)

- Beratung zu Sexualisierter Gewalt
- Fachteam zum Umgang mit sexualisierter Gewalt  
Telefon 040/50 77 46 46  
[fachteam@alsterdorf.de](mailto:fachteam@alsterdorf.de)

### BEM

Betriebliches Eingliederungsmanagement  
Dr. Inga Krumm  
Fachbereichsleitung Personalentwicklung  
[inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de)

## STRESSMANAGEMENT

- Stressmanagement
  - Burnout-Prophylaxe
  - Entspannungstechniken
  - Selbst- und Zeitmanagement
- Fortbildungen 2020 – Hier steht der Mensch auf dem Programm, Anmeldung  
[fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)

## ERGONOMIE

- Kinaesthetics-Workshops
  - Rückenschule
- Fortbildungen 2020: Hier steht der Mensch auf dem Programm  
Anmeldung unter  
[fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)

## ERNÄHRUNG

- Ausgewogene Ernährung bei Schichtarbeit
- Fortbildungen 2020 – Hier steht der Mensch auf dem Programm  
Anmeldung unter  
[fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)

## SPORT

- Commercial Bank Run
- Sophia Blancke, Assistenz PE  
[sophia.blancke@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:sophia.blancke@alsterdorf-assistenz-west.de)

- Smovey®-Schwungringe
- Ute Grobbel, Sekretariat  
[u.grobbel@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:u.grobbel@alsterdorf-assistenz-west.de)

- Inklusions-Sportverein Alsterdorf
- ISV Alsterdorf, Christina Göpfert  
Telefon 040/50 77 35 59  
[www.isv-alsterdorf.de](http://www.isv-alsterdorf.de)

- Firmenfitnesskonditionen  
[www.stage-alsternet.alsterdorf.de/ich-mein-job/verguenstigungen/firmenfitness/](http://www.stage-alsternet.alsterdorf.de/ich-mein-job/verguenstigungen/firmenfitness/)

- 25% Rabatt bei bädlerland  
<http://stage-alsternet.alsterdorf.de/ich-mein-job/verguenstigungen/baederland/>

- 10% Rabatt bei alsterspeiche alsterarbeit  
[www.alsterarbeit.de/betriebsstaetten-und-standorte/alstermarkt/alsterspeiche](http://www.alsterarbeit.de/betriebsstaetten-und-standorte/alstermarkt/alsterspeiche)

- Verschiedene Rabattaktionen bei WGKD, Die Einkaufsplattform für Kirchen  
<http://stage-alsternet.alsterdorf.de/ich-mein-job/verguenstigungen/wgkd/>

## MEDIZINISCHE VERSORGUNG

- Betriebsarzt
  - Zuzahlung Bildschirmbrille
  - Kostenlose Hepatitis-Impfung
- Angela Brinckmann  
Arbeitssicherheitsbeauftragte  
[a.brinckmann@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:a.brinckmann@alsterdorf-assistenz-west.de)

## SICHERES ARBEITSUMFELD

### SCHULUNG UND UNTERWEISUNG

- Arbeitssicherheit
  - Gesundheitsschutz
  - Brandschutz
- Angela Brinckmann  
Arbeitssicherheitsbeauftragte  
[a.brinckmann@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:a.brinckmann@alsterdorf-assistenz-west.de)

## BETEILIGUNG UND ENGAGEMENT

### BEFRAGUNG

- Mitarbeiter\*innen
  - Klient\*innen, Nueva
- John Senf  
Fachbereichsleitung Qualitätsmanagement  
[j.senf@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:j.senf@alsterdorf-assistenz-west.de)

### ANALYSE

- Psychosoziale Belastungsanalyse
  - Schulungsbedarfe
- Dr. Inga Krumm  
Fachbereichsleitung Personalentwicklung  
[inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de)

### MITWIRKUNG

- über Gesundheitszirkel
- Dr. Inga Krumm  
Fachbereichsleitung Personalentwicklung  
[inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:inga.krumm@alsterdorf-assistenz-west.de)

Bei allgemeinen Fragen, Anregungen und Rückmeldungen wenden Sie sich bitte an:

alsterdorf assistenz west gGmbH  
Personalentwicklung  
Max-Brauer-Allee 50, 22765 Hamburg  
Telefon 040/35 74 81 26  
[fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de](mailto:fortbildung@alsterdorf-assistenz-west.de)  
[www.alsterdorf-assistenz-west.de](http://www.alsterdorf-assistenz-west.de)

**BETEILIGUNG UND  
ENGAGEMENT**

**VON DER ANALYSE  
ZUR EVALUATION**